

日曜	献立名	材 料 名			おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午前	午後
1 水	魚のマヨソースかけ 野菜スープ バターロール	バターロール 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 マヨネーズ	白身魚 卵 ロースハム	ブロッコリー キャベツ たまねぎ にんじん コーン缶 グリンピース	牛乳 コーンフレーク	サワードリンク のり巻きせんべい
2 木	きのこカレー りんごサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 じゃがいも 小麦粉 バター	豚もも肉 スキムミルク	しょうが グリンピース(冷凍) にんにく キャベツ たまねぎ りんご にんじん きゅうり えのきたけ しめじ コーン缶	牛乳 チーズ菓子	牛乳 おかき
3 金	トマトポトフ スパゲティサラダ ミルクロール	ミルクロール じゃがいも 油 スパゲティ マヨネーズ	鶏胸肉 ツナ缶	たまねぎ にんじん にんにく パセリ トマト缶詰(ホール) キャベツ きゅうり	牛乳 かりんとう	お茶 ごまみそだんご
4 土	【なかよし保育】 おたのしみランチ				牛乳 レーズンクッキー	
6 月	煮魚 のっぺい汁 みかん ごはん	米 さとう 板こんにゃく さといも かたくり粉	さかな 油揚げ ちくわ 削り節	しょうが だいこん にんじん 葉ねぎ みかん	牛乳 ごませんべい	野菜果汁 ラスク
7 火	月見うどん にらともやしの納豆あえ ごはん	米 うどん(生)	かまぼこ 卵 削り節 納豆 花かつお	ほうれんそう しめじ にら もやし	牛乳 あられ	牛乳 鬼まんじゅう
8 水	ごぼう入り肉だんご 中華スープ クロロール	クロロール ごま油 かたくり粉 油	豚ひき肉 豆腐 卵 ベーコン	しょうが ごぼう もやし にんじん チンゲンサイ しめじ	牛乳 卵ボーロ	ヨーグルト 塩せんべい
9 木	うの花炒り 白みそ汁 ごはん	米 油 さとう	むきえび ちくわ うの花 油揚げ 削り節 豚もも肉	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ だいこん たまねぎ こまつな	牛乳 小麦胚芽クッキー	牛乳 かぼちゃドーナツ
10 金	ドライカレーサンド クリームコーンスープ フルーツゼリー 食パン	食パン 油 かたくり粉 じゃがいも さとう フルーツゼリー	含ひき肉 スキムミルク 牛乳	しょうが にんにく セロリー たまねぎ グリンピース(冷凍) クリームコーン缶 にんじん パセリ	牛乳 おかき	りんごジュース ビスケット
11 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛乳 ごませんべい	
12 日	うどんかい (おみやげいろいろ)					
15 水	魚のマヨソースかけ 野菜スープ バターロール	バターロール 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 マヨネーズ	白身魚 卵 ロースハム	ブロッコリー キャベツ たまねぎ にんじん コーン缶 グリンピース	牛乳 コーンフレーク	牛乳 フレークパー
16 木	きのこカレー りんごサラダ 麦ごはん	米 サラダ油 麦 さとう 油 じゃがいも 小麦粉 バター	豚もも肉 スキムミルク	しょうが グリンピース(冷凍) にんにく キャベツ たまねぎ りんご にんじん きゅうり えのきたけ しめじ コーン缶	牛乳 チーズ菓子	牛乳 おかき
17 金	トマトポトフ スパゲティサラダ ミルクロール	ミルクロール じゃがいも 油 スパゲティ マヨネーズ	鶏胸肉 ツナ缶	たまねぎ にんじん にんにく パセリ トマト缶詰(ホール) キャベツ きゅうり	牛乳 かりんとう	お茶 ごまみそだんご
18 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛乳 レーズンクッキー	
20 月	煮魚 のっぺい汁 みかん ごはん	米 さとう 板こんにゃく さといも かたくり粉	さかな 油揚げ ちくわ 削り節	しょうが だいこん にんじん 葉ねぎ みかん	牛乳 ごませんべい	野菜果汁 ラスク
21 火	生揚げのみそ炒め 大根スープ バターロール	バターロール 油 さとう	生揚げ 豚もも肉 ベーコン	たまねぎ だいこん 赤ピーマン にんじん 青ピーマン グリンピース たけのこ缶 にんにく 葉ねぎ	牛乳 クラッカー	お茶 大学いも
22 水	秋野菜のうま煮 かき玉汁 味付け煮干 麦ごはん	米 麦 さといも 油 さとう かたくり粉	鶏もも肉 豆腐 卵 削り節 味付け煮干	にんじん ごぼう れんこん だいこん 干し椎茸 さやいんげん 根菜ねぎ みつば	オレンジジュース パイ菓子	牛乳 クッキー
23 木	うの花炒り 白みそ汁 ごはん	米 油 さとう	むきえび ちくわ うの花 油揚げ 削り節 豚もも肉	にんじん 干し椎茸 葉ねぎ だいこん たまねぎ こまつな	牛乳 小麦胚芽クッキー	牛乳 かぼちゃ蒸しパン
24 金	れんこんのごま炒め 合わせみそ汁 ごはん	米 油 さとう 白ごま すりごま(白) ごま油	鶏もも肉 生わかめ 煮干し	れんこん しめじ さやいんげん はくさい たまねぎ にんじん	牛乳 バームクーヘン	豆乳 のり巻きせんべい
25 土	【家族ふれあいの日】 ふれあいランチ *おにぎりがいります				牛乳 ごませんべい	
27 月	エビのケチャップ煮 コンソメスープ みかん レーズンロール	レーズンロール 油 バター 小麦粉 じゃがいも	むきえび スキムミルク ウィンナー	たまねぎ にんじん 青ピーマン キャベツ コーン缶 パセリ みかん	お茶 ぼんせんべい	発酵乳 クラッカー
28 火	秋野菜のうま煮 かき玉汁 味付け煮干 麦ごはん	米 麦 さといも 油 さとう かたくり粉	鶏もも肉 豆腐 卵 削り節 味付け煮干	にんじん ごぼう れんこん だいこん 干し椎茸 さやいんげん 根菜ねぎ みつば	オレンジジュース パイ菓子	牛乳 クッキー
29 水	ごぼう入り肉だんご 中華スープ クロロール	クロロール ごま油 かたくり粉 油	豚ひき肉 豆腐 卵 ベーコン	しょうが ごぼう もやし にんじん チンゲンサイ しめじ	牛乳 卵ボーロ	牛乳 塩せんべい
30 木	【誕生会】チャーハン 魚の竜田揚げ わかめスープ ごはん	米 油 かたくり粉 白ごま	鶏きん かな 豆腐 生わかめ	たまねぎ にんじん 青ピーマン コーン缶 しょうがもやし えのきたけ 根菜ねぎ	発酵乳 のり巻きせんべい	紅茶 ケーキ
31 金	ドライカレーサンド クリームコーンスープ フルーツゼリー 食パン	食パン 油 かたくり粉 じゃがいも さとう フルーツゼリー	含ひき肉 スキムミルク 牛乳	しょうが にんにく セロリー たまねぎ グリンピース(冷凍) クリームコーン缶 にんじん パセリ	牛乳 おかき	りんごジュース かぼちゃのビスケット

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。
 今月生まれの子には誕生会の日におやつプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食を食べます。

